

114 年花東快速盃

熊愛跑馬拉松

壹、活動緣起

臺灣慢跑活動盛行，為了維持良好的運動風氣而承辦了玉里熊愛跑馬拉松活動，除了半馬 21k.並加入四分馬 11k 與輕鬆版的迷你馬 5k,及不分老少人人均可參加的健走組 1k，總計:四個組別，志在鼓勵全民愛運動,全家人動起來，鼓勵年齡不分大小,一起跑起來.健康齊步走、歡迎當地區里長帶領里民一起來運動,活動前熱身操,帶動全民健身擺脫亞健康。

延續 2020~2023 年全台民眾的熱愛，湧入近千人至玉里參加熊愛跑慢跑活動的好評。

今年活動內容更要加碼熱鬧起來，促進玉里鎮觀光發展.帶動消費收益與經濟成長。

貳、活動目的

提倡全民運動風氣，促進人與人彼此關係互動,個人身心健康並增加社會競爭力，跑步是國人最常從事的健身與休閒運動之一，藉由跑步熟悉每條路線與人文景觀，提高與自身所在環境關聯的緊密性。增加了跑步者對於環境的認識,具備很棒的促進敦親睦鄰的效益及地方觀光運動行銷,在好山好水為幕的玉里鎮跑步還可欣賞沿途風光景色，歡迎全台喜愛慢跑的愛好者，皆可一起共襄盛舉。

活動簡章

活動名稱：114 年花蓮縣玉里鎮『花東快速盃』熊愛跑馬拉松

一. 活動日期：2025 年 12 月 6 日 (星期六)

二. 報名時間：即日起至 2025 年 10 月 10 日 23:59:59(各組額滿為止)

三. 活動會場：花蓮縣玉里鎮玉里國中操場

四. 出發時間：2025 年 12 月 6 日 (星期六) 06:00 鳴槍起跑

五. 開幕典禮：2025 年 12 月 6 日 (星期六) 05:30 分假比賽場地舉行

六. 報名資格：國內外熱愛運動挑戰自我，身心健康之民眾均可報名參加。

七. 指導單位：花蓮縣政府

八. 主辦單位：花蓮縣體育會

九. 承辦單位：花蓮縣玉里鎮體育會

十. 協辦單位：玉里鎮體育會 慢跑委員會

十一. 活動組別：21 公里半馬組 / 11 公里四分馬組 / 5 公里迷你馬組 / 健走組不收費

十二. 半馬組 NT\$：900 元/四分馬組 NT\$：600 元/迷你馬組 NT\$：400 元

十三. 計時方式：全組別計時

十四. 報名資格：無年齡限制

十五. 集合時間：05:00

比賽項目	半馬組 21 公里	四分馬 11 公里	迷你馬 5 公里
報名限額	100 人	100 人	100 人
報名費用	900 元	600 元	400 元
參賽贈品	報名禮: 晶片計時+號碼牌、保險、紀念衣、運動頭巾、摸彩、活動補給、餐卷 價值:1350 元	報名禮: 晶片計時+號碼牌、保險、紀念衣、運動頭巾、摸彩、活動補給、餐卷 價值:1000 元	報名禮: 晶片計時+號碼牌、保險、紀念衣、摸彩、活動補給、餐卷 價值:600 元
折返點信物	運動手環 價值:100 元	運動手環 價值:100 元	運動手環 價值:100 元
完賽贈品	完賽獎牌、完賽證書、完賽毛巾、摸彩卷 價值:650 元	完賽獎牌、完賽證書、完賽毛巾、摸彩卷 價值:650 元	完賽獎牌、完賽證書、摸彩卷 價值:400 元
活動總贈禮	總價值:1700 元	總價值:1350 元	總價值:1100 元
計時方式：	晶片計時	晶片計時	晶片計時
完跑限時	4 小時	2.5 小時	2 小時
起跑時間	06:00	06:05	06:10
關門時間	12:00	12:00	12:00
獎勵辦法-競賽總成績(不分組)	半馬 男 / 女 第一名 獎金+獎盃 第二名 獎金+獎盃 第三名 獎金+獎盃 第四名:獎盃 第五名:獎盃 第六名:獎盃	四分馬 男 / 女 第一名 獎金+獎盃 第二名 獎金+獎盃 第三名 獎金+獎盃 第四名:獎盃 第五名:獎盃 第六名:獎盃	

1. 半馬組路跑路線圖：21 公里

玉里國中操場 -> 西邊街 -> 水源路 -> 喜瑯宮部落源城國小 (CP1/補給站 2.5K 處) -> 水源路 -> 土地公廟 (CP2/補水站 5.3K 處) -> 八通關古道 -> CP3/卓樂天主堂 7.5K -> 八通關古道 (CP4/補給站 10.5K 處) -> 原路折返 -> 南安遊客中心 (廁所 11.7K 處) -> 八通關古道 -> 水源路土地公廟 (CP5/補水站 16K 處) -> 水源路 喜瑯宮部落 源成國小 (CP6/補給站 18.7K 處) -> 水源路 -> 西邊街 -> 玉里國中操場 (終點)

2. 四分馬組路跑路線圖：11 公里

玉里國中操場 -> 西邊街 -> 水源路 -> 喜瑯宮部落-源城國小 (CP1/補給站 2.5K 處) -> 水源路 -> 土地公廟 (CP2/補水站 5.3K 處) -> 原路折返 -> 源城國小 (CP3/補給站 8.2K 處) -> 原路折返玉里國中操場

3. 迷你馬組路跑路線圖：5 公里

玉里國中操場 -> 西邊街 -> 水源路 -> 喜瑯宮部落-源城國小 (CP1/補給站 2.5K 處) -> 原路折返玉里國中操場

4. 健走路線與迷你馬同路線

114 年花蓮縣玉里鎮『花東快速盃』熊愛跑馬拉松 活動流程	
活動時間	活動項目
04:00	工作人員 活動會議
05:00-06:00	選手集結及寄物
05:40-05:45	活力熱身+會場佈達事項及時間告知
05:45-05:55	活動開場-長官貴賓致詞
05:55-06:00	選手就位集結-大合照時間 (邀請長官. 貴賓. 選手大合影)
06:00	半馬出發
06:05	四分馬出發
06:10	迷你馬出發
06:20	健走組出發
08:30	摸彩時間. 頒獎時間
08:30-11:30	對獎時間. 領取獎品
13:00	活動圓滿落幕